PART4 折り合いのつけ方

Chapter1　不満や葛藤への適応

目標
欲求不満や葛藤に対する理想的な適応行動について考えよう。
防衛機制は，どのような状態で発生する適応行動か，理解しよう。

1　欲求不満や葛藤の解消

人は，つらい経験をしたり，目標達成のために多大な努力を必要とする場面を迎えたりすると，〔　　　　　　　　〕**〔フラストレーション〕**や**葛藤〔コンフリクト〕**を抱え，その解消の仕方は数種類存在する。

※欲求不満・葛藤状態は，適応できていない状態。

①〔　　　　〕行動

A　**合理的解決**

理性により，努力，要求水準の切り下げ，回り道など計画的な行動をとる。

B　攻撃行動・近道反応

感情により，八つ当たりや復讐など攻撃的・衝動的な行動をとり緊張を解消する。

C　〔　　　　〕**機制**

無意識に自己を守り，心の安定を保とうとする。

②不適応行動

A　〔　　　　〕反応

適応できず，非行に走ったり神経症〔ノイローゼ〕になったりする。

※いつまでも欲求不満を解消できない状態。

2　防衛機制

オーストリアの精神分析学者〔　　　　　　　　〕は，**無意識**に自己を守る働きである防衛機制の研究を進めたことで有名。

※ただし，防衛機制はあくまでも**一時的な適応**にすぎず，失敗や挫折を「乗り越えた」わけではない。

①抑圧

不安や苦しみの原因となる欲求が，自分には無いかのように思い込む。嫌なことを忘れようとする。

②［　　　　　　］

欲求が満たされないことに対し，もっともらしい理由や理屈をつけて正当化する。

③［　　　　　　］

他人がもつ能力・長所・価値などを，自分がもっているように思い込み満足する。

④投射

自分の感情や欲求を他人のものとみなす。

※認めがたい感情を投げかけ，相手こそがその感情をもっていると思い込む。

⑤［　　　　　　　　］

あえて反対の行動をとり，欲求や感情を抑える。

⑥逃避

解決を目指さず，空想の世界や他の行為などに逃げ込む。

⑦［　　　　］

子どものような態度をとり甘える。

⑧代償

代わりの対象に置き換えて欲求を満たす。

⑨昇華

芸術やスポーツなど，より社会的価値の高いものに置き換えて情熱を向ける。

※性的衝動や攻撃性などの欲求を，社会的に価値ある活動に転化する。

まとめ　欲求不満・葛藤に対する理想的な適応行動は，合理的解決である。
防衛機制は，無意識の状態で行われる一時的な適応である。

Chapter2　精神分析学

目標　精神分析学とはどのような学問かを知ろう。
フロイトが指摘した無意識を，ユングがどのように区別したのかを知ろう。

1　精神分析学とは

近代社会を発展させてきた諸思想（近代哲学・功利主義・社会主義など）の背景には，**理性**への信頼があった。

※「人間は，理性で意識できる範囲で自らを律すれば，行動を完全にコントロールできる！」

↓↓↓

しかし，「理性の奥底には〔　　　　　　〕があり，それが思考・感情・行動を支配しているのでは？」と考え，そのメカニズムを解明しようとする〔　　　　　　　　〕学が登場した。

2　フロイトの研究

①オーストリアの〔　　　　　　　　〕が**精神分析学**を創始

②神経症〔ノイローゼ〕の治療や夢の研究から〔　　　　　　〕の存在を発見

※フロイトは心を氷山に例え，意識は水面上に浮かぶ見える部分，無意識は水面下に沈む見えない大部分だと説いた。

氷山の水面下

③心の３つの層と働き

A　〔　　　　〕**〔イド〕**

本能的エネルギーである〔　　　　　　〕**〔性衝動〕**が貯えられた無意識の領域で，快楽原則に支配される。

B　〔　　　　〕**〔自我〕**

意識の部分。快感を求めるエス〔イド〕の要求を現実に適応させ，同時にスーパーエゴ〔超自我〕の命令にも応じようとする。

C　**スーパーエゴ〔超自我〕**

人間の根源にある欲望を統御する**良心**。教育を通じて社会規範が内面化されたもの。エゴ〔自我〕を統御し，エス〔イド〕を抑圧する。

④子どもの無意識の抑圧心理

男児の親に対する〔　　　　　　　　　　〕**コンプレックス**を指摘。

3　ユングの研究

①スイス生まれの〔　　　　　　〕が**分析心理学**を創始

※フロイトの共同研究者（後輩・弟子）として長年交流ののち，決別して独自路線に。

②無意識の区別

人間の心には無意識の領域があるという点はフロイトに同調したが，それを**個人的無意識**と〔　　　　　　〕**無意識**〔普遍的無意識〕に区別した。

↓↓↓

後者は前者より深い層にあり，そこには全人類に共通する普遍的イメージや観念の世界が広がっているとし，それを**アーキタイプ〔元型〕**と名付けた。

※世界中に広がる神話・伝説・昔話などに「鬼」「悪魔」などは共通して見出せる。

西洋の鬼〔オーガ〕

日本の鬼

③子どもの無意識の抑圧心理

男児の親に対するエディプスコンプレックスと，女児の親に対する**エレクトラコンプレックス**を分けたが，フロイトは認めようとしなかった。

まとめ　精神分析学は，無意識のメカニズムを解明しようとする学問である。
ユングは，無意識を個人的無意識と集合的〔普遍的〕無意識に区別した。

第 1 講　PART4　確認問題

1 欲求不満や葛藤を解消するためにとる適応行動のうち，無意識に自己を守り，心の安定を保とうとすることを何というか。

① 近道反応　② 防衛機制
③ 合理的解決　④ 攻撃行動

2 防衛機制のうち，欲求が満たされないことに対し，もっともらしい理由や理屈をつけて正当化するのは何か。

① 合理化　② 昇華
③ 反動形成　④ 抑圧

3 防衛機制のうち，認めがたい自分の感情や欲求を他人のものとみなすのは何か。

① 投射　② 代償
③ 逃避　④ 同一視

4 防衛機制のうち，子どものような態度をとり甘えるのは何か。

① 逃避　② 抑圧
③ 退行　④ 代償

5 防衛機制のうち，芸術やスポーツなど，より社会的価値の高いものに置き換えて情熱を向けるのは何か。

① 代償　② 合理化
③ 投射　④ 昇華

6 精神分析学を創始し，神経症の治療や夢の研究から無意識の存在を発見した人物はだれか。

① ユング　② フロイト
③ ルソー　④ エリクソン

7 フロイトが説いた心の３つの層のうち，自我をカタカナで何というか。

① イド　② エゴ
③ エス　④ スーパーエゴ

8 フロイトが説いた心の３つの層のうち，人間の根源にある欲望を統制する良心のことを何というか。

① スーパーエゴ　② エゴ
③ エス　④ イド

9 分析心理学を創始し，無意識を個人的無意識と集合的無意識〔普遍的無意識〕に区別した人物はだれか。

① フロイト　② レヴィン
③ ユング　④ マズロー

10 ユングが名付けた，全人類に共通して見られる普遍的イメージや観念の世界の型は何か。

① エレクトラコンプレックス　② イニシエーション
③ エディプスコンプレックス　④ アーキタイプ

第1講　PART4　確認問題 解答

1 解答：②　オーストリアの精神分析学者であるフロイトが研究を進めた。

①：感情により，八つ当たりや復讐など攻撃的･衝動的な行動をとり，緊張を解消すること。
③：理性により，努力，要求水準の切り下げ，回り道など計画的な行動をとること。
④：①の近道反応と同様である。

2 解答：①　合理化の例としては，イソップ物語の「すっぱいぶどう」などがあげられる。

②：芸術やスポーツなど，より社会的価値の高いものに置き換えて情熱を向けること。
③：あえて反対の行動をとり，欲求や感情を抑えること。
④：不安や苦しみの原因となる欲求が，自分には無いかのように思い込むこと。

3 解答：①　投射の例としては，自分が相手を嫌いなとき，その人も自分を憎んでいると思い込むことなどがあげられる。

②：代わりの対象に置き換えて欲求を満たすこと。
③：解決を目指さず，空想の世界や他の行為などに逃げ込むこと。
④：他人がもつ能力・長所・価値などを自分が持っているように思い込み，満足すること。

4 **解答：③**

退行の例としては，弟妹の生まれた幼児が赤ちゃんに返ることなどがあげられる。

①：解決を目指さず，空想の世界や他の行為などに逃げ込むこと。
②：不安や苦しみの原因となる欲求が，自分には無いかのように思い込むこと。
④：代わりの対象に置き換えて欲求を満たすこと。

5 **解答：④**

昇華の例としては，失恋した作家が創作に没頭することなどがあげられる。

①：代わりの対象に置き換えて欲求を満たすこと。
②：欲求が満たされないことに対し，もっともらしい理由や理屈をつけて正当化すること。
③：認めがたい自分の感情や欲求を他人のものとみなすこと。

6 **解答：②**

フロイトは精神分析学を創始した人物。

①：分析心理学を創始した人物。
③：青年期における精神的誕生のことを「第二の誕生」と呼んだ人物。
④：青年期を，社会的責任の一部が猶予されるモラトリアムと呼んだ人物。

7 **解答：②**

エゴ〔自我〕は意識の部分で，快感を求めるエス〔イド〕の要求を現実に適応させ，同時にスーパーエゴ〔超自我〕の命令にも応じようとする。

①：エスのこと。
③：イドとも呼ばれる。
④：超自我のこと。

8 解答：①　スーパーエゴ〔超自我〕は, 教育を通じて社会規範が内面化されたもので, エゴ〔自我〕を統御し，エス〔イド〕を抑圧する。

②：エゴ〔イド〕は意識の部分で，快感を求めるエス〔イド〕の要求を現実に適応させ，同時にスーパーエゴ〔超自我〕の命令にも応じようとする。
③：エス〔イド〕は，本能的エネルギーであるリビドー〔性衝動〕が貯えられた無意識の領域で，快楽原則に支配される。
④：③と同様である。

9 解答：③　ユングは，フロイトの共同研究者（後輩・弟子）として長年交流ののち，決別して独自路線を歩んだ。

①：精神分析学を創始した人物。
②：青年をマージナル＝マン〔境界人・周辺人〕と呼んだ人物。
④：欲求階層説を唱えた人物。

10 解答：④　アーキタイプは元型とも呼ばれる。

①：女児の親に対するコンプレックスのこと。
②：通過儀礼のこと。
③：男児の親に対するコンプレックスのこと。